సాక్షి
తూర్పుగోదావరి

బుధవారం ၊ 19 ၊ జూన్ ၊ 2024



పౌష్టికాహారంతో ఆరోగ్యం

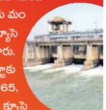
వర్షాకాలం ప్రారంభమైంది. ఈ సీజన్‌లో వ్యాధులు ప్రబలే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. సరైన జాగ్రత్తలు పాటించకుంటే రోగాల బారిన పడే ప్రమాదం ఉంది. - 8లో



వైభవోపేతం.. వేద సదస్యం

అప్పనపల్లి శ్రీబాల బాలాజీ స్వామి వారి దివ్య తిరు కల్యాణోత్సవాల్లో భాగంగా మూడో రోజైన మంగళవారం ఆలయంలో వేద పండిత సదస్యం ఘనంగా నిర్వహించారు. - 8లో

డెల్టాలకు 7,845 క్యూసెక్కులు



ధవళేశ్వరం: కాటన్ బ్యారేజీ నుంచి గోదావరి డెల్టా కాలువలకు మంగళవారం 7,845 క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేశారు. ఇందులో తూర్పు డెల్టాకు 2,180, మధ్య డెల్టాకు 1,565, పశ్చిమ డెల్టాకు 4,100 క్యూసెక్కుల చొప్పున వదిలారు. బ్యారేజీ వద్ద నీటిమట్టం 8.95 అడుగులకు చేరింది.

న్యూస్‌రీల్

అన్న క్యాంటీన్లకు ఏర్పాట్లు చేయాలి



కలెక్టర్ మాధవీలత

సీటీఆర్‌ఐ (రాజమహేంద్రవరం): అన్న క్యాంటీన్ల పునర్వ్యవస్థీకరణకు ఏర్పాట్లు చేయాలని కలెక్టర్ కె.మాధవీలత ఆదేశించారు. కలెక్టరేట్‌లోని తన చాంబర్ నుంచి నగరపాలక సంస్థ, మున్సిపల్ కమిషనర్లతో ఆమె మంగళవారం జూమ్ కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, క్షేత్ర స్థాయిలో అన్న క్యాంటీన్ల యథార్థ స్థితి, అందుకు అనుగుణంగా చేపట్టాల్సిన పనులపై రాష్ట్ర పుర పరిపాలన శాఖకు నివేదిక అందజేయాలని ఆదేశించారు. గతంలో రాజమహేంద్రవరంలో 3, నిడదవోలు, కొవ్వూరుల్లో ఒక్కొక్కటి చొప్పున అన్న క్యాంటీన్లు నిర్వహించారని కమిషనర్లు తెలిపారు. జూమ్ కాన్ఫరెన్స్‌లో రాజమహేంద్రవరం నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ కె.దినేష్ కుమార్, కొవ్వూరు, నిడదవోలు మున్సిపల్ కమిషనర్లు కె.డేనియల్ జోసఫ్, టి.రామ్‌గోపాల్‌రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

మధ్యవర్తిత్వంతో కేసులకు సామరస్య పరిష్కారం



శిక్షణ కార్యక్రమంలో ప్రసంగిస్తున్న జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి సునీత

కంబాలచెరువు (రాజమహేంద్రవరం): మధ్యవర్తిత్వం ద్వారా ఖర్చులు లేకుండా సామరస్యపూర్వకంగా కేసులు పరిష్కరించుకోవచ్చని జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి గంధం సునీత అన్నారు. ఐదు రోజుల పాటు జరగనున్న మధ్యవర్తిత్వ శిక్షణ స్థానిక జిల్లా న్యాయసేవాధికార సంస్థ కార్యాలయంలో మంగళవారం ప్రారంభమైంది. ఈ సందర్భంగా సునీత మాట్లాడుతూ, మధ్యవర్తిత్వంపై ఈ నెల 22వ తేదీ వరకూ 40 గంటల పాటు శిక్షణ జరుగుతుందని తెలిపారు. మధ్యవర్తిత్వం ద్వారా సమయం వృథా కాదని, త్వరిత గతిన ప్రయోజనం జరుగుతుందని చెప్పారు. బెంగళూరుకు చెందిన పొటెన్షియల్ ట్రైనర్ గీతాదేవి, బి.శ్రీకుమార్, చెన్నైకి చెందిన ఆర్.విజయ కమల ఉమ్మడి తూర్పు గోదావరి జిల్లాకు చెందిన న్యాయవాదులకు మధ్యవర్తిత్వంపై శిక్షణ ఇచ్చారు. కార్యక్రమంలో శాశ్వత లోక్ అదాలత్ చైర్‌పర్సన్ ఎ..గాయత్రీదేవి, జిల్లా న్యాయసేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి కె.ప్రకాష్‌బాబు పాల్గొన్నారు.

ఇంటర్ సప్లిమెంటరీలో 1,878 మంది ఉత్తీర్ణత

కంబాలచెరువు (రాజమహేంద్రవరం): ఇంటర్మీడియెట్ ద్వితీయ సంవత్సరం అడ్వాన్స్‌డ్ సప్లిమెంటరీ ఫలితాలు మంగళవారం వెలువడ్డాయి. ఈ పరీక్షల్లో జిల్లా వ్యాప్తంగా 1,878 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. ఈ పరీక్షలు గత నెల 24 నుంచి జరిగాయి. జనరల్ విభాగంలో 3,361 మంది పరీక్షలు రాయగా 1,662 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. వృత్తివిద్యా కోర్సుల్లో 422 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలు రాయగా 216 మంది పాసయ్యారు. ఇంటర్ ప్రథమ సంవత్సరం అడ్వాన్స్‌డ్ సప్లిమెంటరీ ఫలితాలు కూడా కొద్ది రోజుల్లో వెలువడనున్నాయి.

పదవి ప్లీజ్..

- నామినేటెడ్ పదవుల భర్తీకి చంద్రబాబు ప్రకటన
- ఎన్నికల సమయంలో కొంత మందికి హామీ
- ప్రభుత్వం రావడంతో పెరిగిన ఆశావహులు
- బయోడేటాలు సిద్ధం చేసుకునే పనిలో తలమునకలు
- నిడదవోలులో శేషారావుకు ఎమ్మెల్సీ ఇస్తానన్న బాబు
- రాజానగరంలో బొడ్డు వెంకటరమణ చౌదరికి ప్రభుత్వంలో కీలక పదవి ఆఫర్
- మరికొన్ని డైరెక్టర్, ఏఎంసీ, మార్కెట్ యార్డు, దేవదాయ కమిటీలు ఖాళీ
- టీడీపీ నేతలకు జనసేన, బీజేపీ నాయకుల తలనొప్పి

సాక్షి, రాజమహేంద్రవరం: వైఎస్సార్ సీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన అన్ని నామినేటెడ్ పోస్టులను రద్దు చేస్తూ ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి ఇటీవల ఉత్తర్వులు జారీ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ మేరకు సంబంధిత శాఖల ఉన్నతాధికారులు కూడా ఆదేశాలు జారీ చేశారు. దీనికి తోడు త్వరలోనే నామినేటెడ్ పోస్టులను టీడీపీ నేతలతో భర్తీ చేస్తామని సీఎం చంద్రబాబు ఇటీవల ప్రకటించారు. ఈ తరుణంలో జిల్లాలో నామినేటెడ్ పదవుల పందేరానికి పెద్ద ఎత్తున తెర లేచింది. ప్రభుత్వం మారిన వెంటనే రోజురోజుకూ పదవులు ఆశిస్తున్నవారి సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతోంది. ఈ పరిణామం టీడీపీ అధిష్టానానికి తలనొప్పిగా పరిణమిస్తోంది. దీనికితోడు చంద్రబాబు ఎన్నికలకు ముందు జనసేన, బీజేపీతో కూటమి కట్టడంతో ఆయా పార్టీల్లో ఎమ్మెల్యే, ఎంపీ సీట్లు ఆశించి భంగపడిన వారు సైతం పోటీకి సై అంటున్నారు. తమకు కూడా నామినేటెడ్ పోస్టులు ఇచ్చి, గౌరవించాలని పట్టుబడుతున్నారు. మరో నెల, రెండు నెలల్లో రద్దయిన పదవులు మొత్తం భర్తీ చేస్తారన్న సమాచారంతో ఎవరికి వారు పావులు కదుపుతున్నారు. చంద్రబాబు, లోకేష్ వద్దకు క్యూ కడుతున్నారు. బయోడేటాలు సిద్ధం చేసుకునే పనిలో నిమగ్నమయ్యారు.

బాబు, లోకేష్ హామీలతో..

సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో ఎలాగైనా గట్టెక్కాలన్న తలంపుతో సీఎం చంద్రబాబు, మంత్రి నారా లోకేష్ ఇష్టానుసారం హామీలు గుప్పించారు. టీడీపీకి కార్యకర్తలు, నాయకులే ముఖ్యమని, ప్రభుత్వం ఏర్పడితే పార్టీకి వారు అందించిన సేవలకు అనుగుణంగా నామినేటెడ్ పదవుల్లో నియమిస్తామని చంద్రబాబు, లోకేష్ వివిధ సందర్భాల్లో ప్రకటించారు. ఎవరి మీద ఎక్కువ కేసులు ఉంటాయో వారికి మరింత ప్రాధాన్యం కల్పిస్తామని స్పష్టం చేశారు. దీంతో పార్టీకి పని చేసిన, కేసులు ఎక్కువగా ఉన్న నేతలంతా నామినేటెడ్ పదవులకు క్యూ కడుతున్నారు. బయోడేటాలు సిద్ధం చేసుకుంటున్నారు. తమకున్న పరిచయాలకు పదును పెట్టి చంద్రబాబు, లోకేష్ వద్దకు పరుగులు తీస్తున్నారు. 2014లో టీడీపీ అధికారంలోకి వచ్చినప్పుడు నామినేటెడ్ పదవులపై చంద్రబాబు పెద్దగా దృష్టి పెట్టలేదు. అనేక మంది కార్యకర్తలు, నాయకులు వివిధ పదవులు ఆశించి భంగపడ్డారు. ఎన్నికలకు ముందు కొన్ని పోస్టులు భర్తీ చేశారు. వెంటనే నోటిఫికేషన్ రావడంతో కుర్చీలో కూర్చోకుండానే వారందరూ మాజీలు అయిపోయారు.

శేషారావుకు సముచిత స్థానం లభించేనా?



టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ పొత్తులో భాగంగా నిడదవోలు నియోజకవర్గంలో టీడీపీ మాజీ ఎమ్మెల్యే బూరుగుపల్లి శేషారావు సీటు గల్లంతైంది. దీనిని జనసేన నేత కందుల దుర్గేష్‌కు కేటాయించారు. దీనిపై అప్పట్లో శేషారావు నిరసన బావుటా ఎగురవేశారు. అనుచరులతో కలిసి ఆందోళన బాట పట్టారు. తనను కాదని ఇక్కడి అభ్యర్థి ఎలా నెగ్గుతారో చూస్తానని సవాల్ విసిరే స్థాయికి ఈ పంచాయితీ చేరింది. దీంతో చంద్రబాబు తన వద్దకు పిలిపించుకుని జనసేన అభ్యర్థి కందుల దుర్గేష్, మాజీ ఎమ్మెల్యే శేషారావు మధ్య సయోధ్య కుదిర్చారు. ఆ సమయంలో శేషారావుకు ఎమ్మెల్సీ ఇస్తానని బాబు హామీ ఇచ్చారు. ఎన్నికల్లో కందుల దుర్గేష్ గెలుపొంది మంత్రిగా బాధ్యతలు సైతం చేపట్టారు. ఇంత వరకూ బాగానే ఉన్నా.. తన పదవిపై ఎప్పుడు స్పందిస్తారా అని శేషారావు ఎదురు చూస్తున్నారు.



బొడ్డుకు గడ్డుకాలమేనా?



రాజానగరం ఎమ్మెల్యే స్థానం జనసేనకు కేటాయించి టీడీపీ నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి బొడ్డు వెంకటరమణ చౌదరికి మొండి చేయి చూపారు. దీనికి నిరసనగా చౌదరి వర్గీయులు పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన చేశారు. ఒక దశలో చంద్రబాబు పర్యటనను సైతం అడ్డుకున్నారు. స్వయంగా చంద్రబాబు నచ్చజెప్పినా ససేమిరా అనే పరిస్థితి ఎదురైంది. టీడీపీ అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత చౌదరికి ప్రభుత్వంలో కీలక పదవి ఇచ్చి గౌరవిస్తానని స్వయంగా చంద్రబాబు ప్రకటించి, బుజ్జగించారు. అయితే, ఇప్పుడేం పదవి ఇస్తారు, ఎప్పుడిస్తారనే ప్రశ్న చౌదరి వర్గంలో తలెత్తుతోంది. దీనికి తోడు రాజానగరం మండలానికి చెందిన జనసేన నేతకు మరో పదవి కట్టబెట్టేందుకు కూడా ప్రయత్నాలు ముమ్మరమైనట్లు తెలిసింది. ఈ పరిణామం టీడీపీ శ్రేణుల్లో ఆగ్రహావేశాలు నింపుతోంది.

మేయర్ పదవి దక్కేనా!



సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో రాజమండ్రి సిటీ నుంచి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా పోటీ చేయాలని జనసేన నేత అత్తి సత్యనారాయణ భావించారు. అయితే, రాజానగరం, నిడదవోలు నియోజకవర్గాలను జనసేనకు కేటాయించడంతో రాజమండ్రి సిటీని టీడీపీకి తప్పనిసరిగా ఇవ్వాల్సి వచ్చింది. ఈ పరిణామం సత్యనారాయణ వర్గంలో అగ్గి రాజేసింది. ఎన్నికల్లో తమకు సహకరించాలని, ప్రతిగా రాజమహేంద్రవరం మేయర్ స్థానం ఇస్తామని సత్యనారాయణకు టీడీపీ నేత, ప్రస్తుత ఎమ్మెల్యే ఆదిరెడ్డి వాసు హామీ ఇచ్చినట్లు సమాచారం. దీంతో మేయర్ పదవి కోసం సత్యనారాయణ నిరీక్షిస్తున్నారు. ఇదిలా ఉండగా రాజమహేంద్రవరం నగర పాలక సంస్థకు ఒకవేళ ఎన్నికలు జరిగినా వైఎస్సార్ సీపీ గెలిస్తే సత్యనారాయణకు మేయర్ పదవి దక్కడం ప్రశ్నార్థకమేననే అభిప్రాయం జనసేన నేతల్లో వ్యక్తమవుతోంది.

గన్ని కృష్ణ పరిస్థితేమిటో..?



టీడీపీలో సీనియర్ నేత గన్ని కృష్ణ. గతంలో గోదావరి అర్బన్ డెవలప్‌మెంట్ అథారిటీ (గుడా) చైర్మగా పదవి సాధించుకున్నారు. ప్రస్తుతం రాజమహేంద్రవరం అర్బన్ డెవలప్‌మెంట్ అథారిటీ (రుడా) పదవిపై ఆశలు పెట్టుకున్నారు. గతంలో ఆయనకు మేయర్ పదవి ఆఫర్ చేశారు. అయితే ఓసీ మహిళకు కేటాయించడంతో తన కుమార్తెకు ఇవ్వాల్సిందిగా గన్ని కృష్ణ పట్టుబట్టారు. అప్పట్లో ఆమెకు ఓటు హక్కు లేకపోవడంతో పదవి దక్కలేదు. ప్రస్తుతం రుడా చైర్మన్ పదవి దక్కించుకోవాలని గన్ని కృష్ణ చంద్రబాబు వద్ద పావులు కదుపుతున్నట్లు సమాచారం. సిటీ ఎమ్మెల్యే ఆదిరెడ్డి వాసు, గన్ని కృష్ణ వర్గాల మధ్య విభేదాలున్నాయి. ఈ తరుణంలో వాసు మద్దతు గన్ని కృష్ణకు ఉండదన్న భావన టీడీపీ నేతల్లో వ్యక్తమవుతోంది. రాజమహేంద్రవరం మేయర్‌తో పాటు, డిప్యూటీ మేయర్ పదవులు సైతం జనసేనకు కట్టబెట్టేందుకు సిద్ధమవుతున్న తరుణంలో టీడీపీ విజయానికి కృషి చేసిన నేతలు ఆందోళన చెందుతున్నారు. ముందు నుంచీ పార్టీ కోసం కష్టపడి పని చేస్తే.. ఇప్పుడొచ్చిన వారికి పదవులు కట్టబెట్టాలనుకోవడంపై గుర్రుగా ఉన్నారు.

పీఎం కిసాన్ సాయం రూ.19.72 కోట్ల విడుదల

- 98,612 మంది రైతులకు ఆర్థిక ప్రయోజనం
- కలెక్టర్ మాధవీలత

రాజానగరం: పీఎం కిసాన్ పథకం 17వ విడతలో రూ.2 వేల ఆర్థిక ప్రయోజనాన్ని ఆయా రైతులకు బ్యాంకు ఖాతాలకు జమ చేశారని కలెక్టర్ కె.మాధవీలత తెలిపారు. జిల్లాలోని 98,612 మంది రైతులకు రూ.19,72,24,000 అందిందన్నారు. ఉత్తర ప్రదేశ్‌లోని వారణాసిలో మంగళవారం జరిగిన కిసాన్ సమ్మేళన్‌లో ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ దేశవ్యాప్తంగా పీఎం కిసాన్ సాయాన్ని విడుదల చేశారు. కలవచర్లలోని కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం(కేవీకే)లో ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక స్క్రీన్‌పై జిల్లా వ్యవసాయాధికారి ఎస్.మాధవరావు, కేవీకే అధికారులు, రైతులు ఆ కార్యక్రమాన్ని లైవ్‌లో వీక్షించారు. ఈవిధంగా జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉన్న 107 ప్యాక్స్‌లలో ప్రత్యేక కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపల్ సైంటిస్ట్ డాక్టర్ నాయుడు, ఏడీఏ శ్రీనివాసరెడ్డి, మండల వ్యవసాయాధికారి శాంత, రైతులు పాల్గొన్నారు.

మండలం	రైతులు	పీఎం కిసాన్ సాయం (రూ.లలో)
అనపర్తి	4,183	రూ.83,66,000
బిక్కవోలు	5,572	1,11,44,000
రంగంపేట	6,370	1,27,40,000
రాజమహేంద్రవరం రూరల్	1,896	37,92,000
కడియం	5,234	1,04,68,000
రాజానగరం	8,472	1,69,44,000
కోరుకొండ	6,300	1,26,00,000
సీతానగరం	5,049	1,00,98,000
గోకవరం	7,011	1,40,22,000
దేవరపల్లి	6,250	1,25,00,000
గోపాలపురం	5,273	1,05,46,000
నల్లజర్ల	6,761	1,35,22,000
కొవ్వూరు	5,297	1,05,94,000
చాగల్లు	5,163	1,03,26,000
తాళ్లపూడి	4,116	82,32,000
ఉండ్రాజవరం	5,077	1,01,54,000
నిడదవోలు	5,241	1,04,82,000
పెరవలి	5,347	1,06,94,000

నీట్ స్కామ్‌పై ఈడీ విచారణ జరపాలి



కానుబోయిన సాగర్

రాజమహేంద్రవరం సిటీ: వైద్య కళాశాలల్లో ప్రవేశానికి దేశవ్యాప్తంగా జరిగిన నీట్ పరీక్ష నిర్వహణ వెనుక భయంకరమైన స్కామ్ దాగి ఉందని ఏపీఐడీసీ మాజీ డైరెక్టర్, వైఎస్సార్ సీపీ జిల్లా అధికార ప్రతినిధి కానుబోయిన సాగర్ ఆరోపించారు. హర్యానాలోని ఓ పరీక్ష కేంద్రంలోనే ఎనిమిది మందికి హై మెరిట్ ర్యాంకులు రావడం, 67 మంది విద్యార్థులు 720కి 720 మార్కులు సాధించడం అనుమానాస్పదంగా ఉందన్నారు. సుమారు 25 లక్షల మంది విద్యార్థుల భవిష్యత్తుతో చెలగాటమాడిన ఈ స్కామ్‌పై విచారణను ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ డైరెక్టరేట్(ఈడీ)కి అప్పగించాలని మంగళవారం ఒక ప్రకటనలో డిమాండ్ చేశారు. లాంగ్ టర్మ్, షార్ట్ టర్మ్ శిక్షణ ద్వారా నిత్యం 15 నుంచి 18 గంటలు కష్టపడి చదివిన విద్యార్థుల భవిష్యత్ ఇటువంటి స్కామ్‌ల వల్ల నాశనమవుతోందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. మెరిట్‌లో సీటు వస్తే విద్యార్థులు మెరిట్‌గానే ప్రజలకు అత్యుత్తమ వైద్య సేవలు అందించగలరని, ఇటువంటి స్కామ్‌లతో అర్హత సాధించేవారు అందించే వైద్య సేవల వలన ప్రజల ప్రాణాలకు ప్రమాదం పొంచి ఉందని అన్నారు. అర్హత లేని వాళ్లు ర్యాంకులు పొంది చదువుకుంటే ప్రజలకు వైద్యం ఏవిధంగా అందుతుందో అర్థం చేసుకోవచ్చన్నారు. నీట్ పరీక్ష నిర్వహణ తీరుపై విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు తీవ్ర ఆందోళన చెందుతున్నారన్నారు. నీట్ పరీక్ష మళ్లీ నిర్వహించాలని విద్యార్థి సంఘాలు డిమాండ్ చేస్తున్నాయని, దీనికి అనుగుణంగా కేంద్రం వెంటనే చర్యలు చేపట్టాలని సాగర్ డిమాండ్ చేశారు.

చెవిటి, మూగ విద్యార్థులకు అడ్మిషన్లు ప్రారంభం

కంబాలచెరువు (రాజమహేంద్రవరం): రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న చెవిటి, మూగ విద్యార్థులకు ఉచిత అడ్మిషన్లు ప్రారంభమయ్యాయని రాజమహేంద్రరంలోని ప్రియదర్శిని ఆశ్రమం కరస్పాండెంట్ కె.స్వప్నవర్మ మంగళవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఒకటి నుంచి 10వ తరగతి విద్యార్థులకు, ఇంటర్, డిగ్రీ విద్యార్థులకు ప్రవేశాలు కల్పిస్తున్నామన్నారు. ప్రవేశాలు పొందిన వారికి భోజనం, నోట్ బుక్స్, పాఠ్య పుస్తకాలు, అన్ని విద్యా, వసతి సౌకర్యాలు ఉచితంగా అందించనున్నామని వివరించారు. విద్యార్థులకు ఆశ్రమంలోని ప్రత్యేక ఉపాధ్యాయులు స్పీచ్ థెరపీ ద్వారా శిక్షణ ఇస్తారన్నారు. అలాగే, స్వయం ఉపాధి పొందే విధంగా ఉచిత కంప్యూటర్ విద్య, టైలరింగ్, కుట్లు, అల్లిక ల్లో ప్రత్యేక శిక్షణ ఇస్తామని తెలిపారు. వివరాలకు 0883–2438288, 70365 72300, 9989 22 4050 ఫోన్ నంబర్లలో లేదా నేరుగా కార్యాలయం పని వేళల్లో సంప్రదించాలని స్వప్నవర్మ కోరారు.

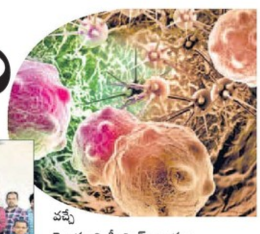
మొక్కలు, ఎరువుల సబ్సిడీ అందించాలి

నల్లజర్ల: కొన్నేళ్లుగా మొక్కలు, ఎరువులపై తమకు సబ్సిడీ అందడం లేదని కలెక్టర్ కె.మాధవీలతకు ఆయిల్‌పామ్ రైతులు విన్నవించుకున్నారు. జిల్లాలో ఆయిల్‌పామ్ సాగును కలెక్టర్ మంగళవారం పరిశీలించారు. తొలుత త్రీఎఫ్ సంస్థ అక్షయ ఎరువుల కేంద్రాన్ని పరిశీలించారు. అనంతరం ముసుళ్లగుంట గ్రామంలోని ఆయిల్‌పామ్ నర్సరీని సందర్శించి, సాగు యాజమాన్య పద్ధతులు, పెట్టుబడి విధానం, యాంత్రీకరణ, ఎరువుల వినియోగం, రాబడి తదితర విషయాలను అక్కడి రైతులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. గెలలు కోయడానికి మలేషియా నుంచి తీసుకు వచ్చిన అల్యూమినియం గెడల గురించి తెలుసుకున్నారు. నర్సరీలో జర్మినేషన్ నుంచి మొక్కలు నాటే విధానాన్ని, మొక్కల రకాలను పరిశీలించారు. అనంతరం యర్రగుడెంలోని క్రషింగ్ యూనిట్‌ను కలెక్టర్ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా రైతులు బళ్ల నాని, బేతిన సత్యనారాయణ, శరత్‌చంద్ర తదితరులు మొక్కలు, ఎరువులపై సబ్సిడీ అందించాలని కలెక్టర్ దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. దీనిపై తనకు సమగ్రంగా నోట్ పెట్టాలని జిల్లా ఉద్యాన అధికారి సుజాతను కలెక్టర్ మాధవీలత ఆదేశించారు. కార్యక్రమంలో యర్నగూడెం, దేవరపల్లి ఉద్యాన అధికారులు బబిత, రమేష్, ముసుళ్లగుంట సర్పంచ్ నందమూరి శారదాదేవి, త్రీఎఫ్ జీఎం విజయప్రసాద్, సీనియర్ జీఎం కిలారి శ్రీనివాస్, డీజీఎం సూర్యారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఆయిల్‌పామ్ నర్సరీని సందర్శించిన కలెక్టర్ మాధవీలత

రాచపుండు.. తీద్దాం బెండు



వైద్య రంగాన్నే గడగడలాడించే క్యాన్సర్ పేరు వింటేనే మనిషి సగం చచ్చిపోతాడు. అటువంటిది వ్యాధి సోకిందని తెలిస్తే.. అతడి మానసిక పరిస్థితిని ఊహించడం కష్టమే. ఒకానొక సమయంలో క్యాన్సర్‌కు చికిత్స లేదనే దుస్థితి నుంచి.. వైద్య రంగంలో వచ్చిన విప్లవాత్మక మార్పులతో ఇప్పుడు క్యాన్సర్‌పై పోరాటం చేసే స్థాయిని వైద్య నిపుణులు అందిపుచ్చుకున్నారు. దీనిని మరింత విస్తృత పరుస్తూ.. చిగురించక మునుపే క్యాన్సర్ ముప్పును తుంచేయాలన్న బృహత్తర ప్రణాళికకు ప్రాణం పోసేందుకు వైద్య, ఆరోగ్య యంత్రాంగం సన్నద్ధమవుతోంది.

- మహమ్మారి క్యాన్సర్‌కు చెక్ పెట్టేందుకు కీలక అడుగులు
- క్షేత్ర స్థాయిలో స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు
- నిష్ణాతులైన ప్రత్యేక బృందాలతో జిల్లాల వారీగా శిక్షణ
- గత ప్రభుత్వ హయాంలోనే అంకురార్పణ



శిక్షణలో భాగంగా కీమో థెరపీ ప్రక్రియను వివరిస్తున్న అంకాలజీ నిపుణుడు డాక్టర్ నరసింహులు



క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ శిక్షణకు హాజరైన బృందంతో డీఎంహెచ్‌ఓ డాక్టర్ నరసింహ నాయక్ తదితరులు

కాకినాడ క్రైం: క్యాన్సర్ విషాదాంతాలకు చరమ గీతం పాడే బృహత్కార్యం ఆవిష్కృతం కానుంది. తొలి దశలోనే ఈ మహమ్మారిని అంతం చేయడం, అసలు సోకకుండా జాగ్రత్తలు వహించడం ద్వారా ఇది సాధ్యం కానుంది. ఇందుకు ప్రజల్లో అవగాహన సామర్థ్యాన్ని పెంచి, ఆ దిశగా అడుగులు వేయించేందుకు కార్యాచరణ రూపుదిద్దుకుంటోంది. మండలాల వారీగా ప్రత్యేక శిక్షణ పొందే యంత్రాంగం స్క్రీనింగ్, ప్రివెన్షన్ అనే అంశాలపై కసరత్తు ప్రారంభించనుంది. జిల్లాలో ఇప్పటికే ఈ శిక్షణలు కొనసాగుతున్నాయి. గత ప్రభుత్వం అంకురార్పణ చేసిన ఈ మహత్కార్య నిర్వహణకు రాష్ట్ర వైద్య, ఆరోగ్య విభాగం జిల్లాలకు తగిన మార్గనిర్దేశాలిచ్చింది.

దశల వారీ ప్రణాళిక

క్యాన్సర్ సోకకుండా ఉండేందుకు శాస్త్రీయ రీతిలో స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు నిర్వహించేందుకు వైద్య, ఆరోగ్య సిబ్బందిని తీర్చిదిద్దడమే ఈ శిక్షణ లక్ష్యం. దశల వారీగా ఈ శిక్షణ కార్యక్రమం జరుగుతోంది. రాష్ట్ర స్థాయిలో నిర్వహించిన ప్రధాన శిక్షణ కార్యక్రమానికి జిల్లా తరఫున కాకినాడలోని ప్రభుత్వ సామాన్య ఆసుపత్రి (జీజీహెచ్) అంకాలజీ అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ నరసింహులు ప్రాతినిధ్యం వహించారు. అక్కడ శిక్షణ పొందిన ఆయన.. తన బృందంతో కలిసి జిల్లాలో వివిధ ఆరోగ్య కేంద్రాల్లోని వైద్యులకు, స్పెషలిస్టులకు, వైద్య, ఆరోగ్య సిబ్బందికి క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ నిర్వహణపై అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. దీనికి దశల వారీ శిక్షణ ప్రణాళిక అనుసరిస్తున్నారు. అంకాలజీ విభాగాధిపతి (హెచ్‌ఓడీ), జీజీహెచ్ డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ వాసన్ ఈ కార్యక్రమాన్ని పర్యవేక్షిస్తుండగా, ఎస్‌పీఎం అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ రుక్మిణి నోడల్ ఆఫీసర్‌గా వ్యవహరిస్తున్నారు. రాష్ట్ర వైద్య విద్య సంచాలకుడు (డీఎంఈ) డాక్టర్ నరసింహం ఆదేశాలతో ఈ కార్యక్రమం జరుగుతోంది. ఈ మొత్త ప్రక్రియకు రంగరాయ వైద్య కళాశాల (ఆర్‌ఎంసీ) ప్రిన్సిపాల్లు డాక్టర్ విష్ణువర్ధన్, డాక్టర్ దేవీ మాధవి, జీజీహెచ్ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ లావణ్య కుమారి పరిశీలకులుగా వ్యవహరిస్తున్నారు.

శిక్షణ ఎవరికంటే..

వైద్యాధికారులు, స్పెషలిస్టులతో పాటు, ఎంఎల్‌హెచ్‌పీలు, ఏఎన్‌ఎంలు ఈ శిక్షణకు హాజరవుతున్నారు. ప్రతి విడతలో కనీసం మూడు రోజులు జరుగుతున్న ఈ శిక్షణకు నిష్ణాతులైన వివిధ స్పెషాలిటీలకు చెందిన టీం సభ్యులు శిక్షకులుగా వ్యవహరిస్తున్నారు. జీజీహెచ్‌తో పాటు జిల్లాలోని పలు ఆరోగ్య కేంద్రాల్లో ఈ శిక్షణా తరగతులు నిర్వహిస్తున్నారు. తొమ్మిది మంది శిక్షకులతో కూడిన ఈ బృందంలో ఇద్దరు అంకాలజీ నిపుణులు కూడా ఉన్నారు. శిక్షణ పొందుతున్న వారిలో గైనకాలజీ, ఈఎన్‌టీ, డెంటల్, సర్జరీ స్పెషలిస్టులు ఉన్నారు.

ఇదీ లక్ష్యం

శిక్షణ పొందిన వైద్యులు, ఆరోగ్య సిబ్బంది ఆయా ప్రయోజనాలను బదిలీ చేసే ప్రక్రియను ప్రణాళికాబద్ధంగా నిర్వహించేందుకు ఇప్పటికే తగిన మార్గదర్శకాలు వెలువడ్డాయి. వీరు మండలాలు, గ్రామాల స్థాయిలో వైద్య, ఆరోగ్య కేంద్రాల పరిధిలో ప్రత్యేక క్యాంపులు నిర్వహిస్తారు. ఈ శిబిరాల్లో హైరిస్క్ వర్గాలకు తొలి ప్రాధాన్యం ఇస్తారు. దీర్ఘకాలిక వ్యాధిగ్రస్తులు, మహిళలు, తరచుగా గర్భాశయ ముఖద్వార ఇన్ఫెక్షన్‌కు గురయ్యేవారు, అప్పటికే కుటుంబ సభ్యుల్లో క్యాన్సర్ ఉన్నవారు, జీవనశైలి, ఆహార నియమాల్లో క్రమబద్ధత లేని వారు, గుట్కా, పాన్, పొగాకు, మద్యం అలవాటు ఉన్నవారు ఈ కేటగిరీ కిందకు వస్తారు. వీరికి స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు నిర్వహించడంతో పాటు, అవగాహన కల్పించడం, క్యాన్సర్ సోకిన దాఖలాలుంటే తగిన వైద్య సేవలందించడం ఈ బృందం లక్ష్యం.

వచ్చే నెల నుంచి స్క్రీనింగ్ క్యాంపులు

క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ క్యాంపులను వచ్చే నెల నుంచి ప్రారంభించనున్నారు. జిల్లాలోని వివిధ ప్రభుత్వ ఆరోగ్య కేంద్రాల పరిధిలో ఈ పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. ఇందులో బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ గుర్తింపునకు సెల్ఫ్ చెక్‌పై మహిళలకు అవగాహన కల్పించనున్నారు. జిల్లా వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ పరిధిలో వీటి నిర్వహణ ప్రత్యేక నోడల్ అధికారి సమక్షంలో జరగనుంది.

గత ప్రభుత్వ హయాంలో..

నేషనల్ హెల్త్ మిషన్ ఆధ్వర్యంలో జరుగుతున్న ఈ బృహత్కార్యానికి అంకురార్పణ చేసింది మాత్రం గత వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ప్రభుత్వమే. ఇందులో భాగంగానే మహిళా దినోత్సవం రోజున వైద్య, ఆరోగ్య శాఖలో విధులు నిర్వర్తిస్తున్న మహిళా ఉద్యోగులకు ఉచిత క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు నిర్వహించింది.

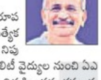
పెరుగుతున్న కేసులు

అధునాతన వైద్య సదుపాయాలు, అంతం చేసే మందులు, పెరుగుతున్న అవగాహన వీటన్నింటికీ తోసిరాజని క్యాన్సర్ కేసుల సంఖ్య నానాటికీ పెరుగుతూండటం సర్వత్రా ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఆహార కల్తీ, కాలుష్యం, క్యాన్సర్ ప్రేరేపిత మందుల వినియోగం, మాదక ద్రవ్యాలు, పొగాకు, గుట్కాల అలవాటు, వారసత్వంతో పాటు, పలు అంశాలు క్యాన్సర్ వ్యాప్తికి దోహదం చేస్తున్నాయని జీజీహెచ్ అంకాలజీ నిపుణుడు డాక్టర్ కె.ప్రదీప్ అన్నారు. ఈ ఏడాది గడచిన ఐదున్నర నెలల్లో కాకినాడ జీజీహెచ్‌లో నమోదైన క్యాన్సర్ కేసుల గణాంకాలను పరిశీలిస్తే, పెరుగుదలను స్పష్టంగా గుర్తించవచ్చు.

జనవరి	49
ఫిబ్రవరి	54
మార్చి	61
ఏప్రిల్	68
మే	46
జూన్ (14వ తేదీ వరకూ)	29

నాటి తొలి దశ పరీక్షలు ఎన్నో ప్రాణాలను నిలిపాయి. ఒక్క కాకినాడ జీజీహెచ్‌లోనే ముగ్గురు నర్సులు తాము క్యాన్సర్ బారిన పడిన విషయాన్ని గుర్తించి తొలి దశలో చికిత్స పొంది ప్రాణాలు కాపాడుకున్నారు. చక్కటి ప్రయోజనాలు అందడంతో కార్యక్రమ విస్తృతిని పెంచాలని నిర్ణయించింది.

అవగాహన, వ్యాధి అంతమే లక్ష్యం



క్యాన్సర్‌ను తొలి దశలోనే అంతం చేయడమే లక్ష్యంగా ఈ శిక్షణ కార్యక్రమాలకు రూపకల్పన చేశాం. ఇందుకు శిక్షకులకు విశాఖపట్నంలో జాతీయ స్థాయి నిపుణులతో ప్రత్యేక శిక్షణ నిర్వహించాం. దశలవారీగా నిర్వహిస్తున్న తరగతుల వల్ల సిబ్బంది, వైద్య నిపుణుల్లో క్యాన్సర్, స్క్రీనింగ్‌లపై పూర్తి స్థాయి అవగాహన పెంపొందుతోంది. స్పెషాలిటీ వైద్యుల నుంచి ఏఎన్‌ఎంల వరకూ ఎవరి స్థాయిలో వారు క్యాన్సర్‌ను గుర్తించగల తొలి దశ పరీక్షలు నిర్వహించగలగడం ఈ శిక్షణ ప్రత్యేకత. అవగాహనతోనే క్యాన్సర్ అంతం కాగలదన్న వాస్తవంపై విస్తృత ప్రచారం కల్పించడం ఈ శిక్షణ ప్రధాన లక్ష్యం.

– డాక్టర్ డీఎస్‌వీఎల్ నరసింహం, రాష్ట్ర వైద్య విద్యా సంచాలకుడు (డీఎంఈ)

క్లుప్తంగా

నా భర్త ఆచూకీ తెలపండి



పెమ్మాడి కాయరాజు

ఐ.పోలవరం: వేటకు వెళ్లి బోటు ప్రమాదంలో గల్లంతైన తన భర్త పెమ్మాడి కాయరాజు ఆచూకీ తెలియజేయాలని పెమ్మాడి సత్యకల్యాణి పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. ఐ.పోలవరం ఇన్‌చార్జి ఎస్సై డి.సురేష్‌బాబు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం ఈ నెల 17వ తేదీన భైరవపాలెం రేవు నుంచి ఫైబర్ తెప్పపై సూరాడ ప్రభుదాసు, ఎరిపిల్లి అప్పలరాజు, కర్రి వెంకటేశ్వర్లు, పెమ్మాడి గాలిబాబులతో కలసి పెమ్మాడి కాయరాజు వేటకు వెళ్లాడు. తిరిగి మంగళవారం అర్ధరాత్రి 2.30 గంటలకు భైరవపాలెం మొగ దగ్గరికి వచ్చేసరికి తెప్పపై కూర్చున్న కాయరాజు అకస్మాత్తుగా పడిపోయాడు. తెప్పపై వెనక్కి వెళ్లి గాలించగా ఆచూకీ లభించలేదు. సముద్రంలో గల్లంతయ్యాడని వేటకు వెళ్లినవారు తెలిపారు.

శస్త్ర చికిత్సకు రూ.1.35 లక్షల సాయం



అయ్యప్పకు రూ.1.35 లక్షల సాయాన్ని అందజేస్తున్న ఆర్య వైశ్య సంఘ నాయకులు

అమలాపురం టౌన్: అమలాపురానికి చెందిన కంచర్ల భైరవమూర్తికి లంగ్స్ మార్పిడి చికిత్స కోసం ఉమ్మడి తూర్పుగోదావరి జిల్లా ఆర్య వైశ్య సంఘం అధ్యక్షుడు కంచర్ల బాబీ రూ.1.35 లక్షలు సాయంగా సమకూర్చారు. ఈ మొత్తాన్ని రోగి భైరవమూర్తి సోదరుడు అయ్యప్పకు జిల్లా ఆర్య వైశ్య సంఘం నాయకులు తాటిపాకలో అందించారు. ప్రస్తుతం భైరవమూర్తి హైదరాబాద్ యశోద ఆస్పత్రిలో లంగ్స్ మార్పిడి కోసం చికిత్స పొందుతున్నాడు. అతని వైద్యం కోసం రూ.60 లక్షలు ఖర్చు అవుతున్న క్రమంలో సార్వత్రిక ఎన్నికలకు ముందు మంత్రి పినిపే విశ్వరూప్ సిఫారసు మేరకు ముఖ్యమంత్రి జగన్ సీఎం సహాయ నిధి నుంచి రూ.20 లక్షలు అందజేశారు. కార్యక్రమంలో ఆర్య వైశ్య సంఘ నాయకులు లక్కింశెట్టి బాబులు, నంబూరి సత్యనారాయణమూర్తి, కంచర్ల కృష్ణ మోహన్, పసలపూడి సతీష్, సింగంశెట్టి కుమార్, పచ్చిగోళ్ల సోమరాజు పాల్గొన్నారు.

పౌష్టికాహారంతో ఆరోగ్యం

- సీజనల్ వ్యాధుల కాలంలో జాగ్రత్తలు పాటించకుంటే అనారోగ్యం
- వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెంచుకోవాల్సిన సమయం
- పోషకాల ఆహారం అవసరం
- వైద్యుల సలహాలు పాటించడం ఉత్తమం
- వ్యక్తిగత, పరిసరాల శుభ్రత ముఖ్యం



తాజా కూరగాయలు

కాకినాడ సిటీ: వర్షాకాలం ప్రారంభమైంది. ఈ సీజన్‌లో వ్యాధులు ప్రబలే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. సరైన జాగ్రత్తలు పాటించకుంటే రోగాల బారిన పడే ప్రమాదం ఉంది. ప్రతి ఒక్కరూ రోగ నిరోధక శక్తి పెంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. వ్యక్తిగత, పరిసరాల శుభ్రత పాటించకపోవడం, సరైన ఆహారపు అలవాట్లు లేకపోవడం, వ్యాయామానికి దూరంగా ఉండడం వల్లే పలువురు వ్యాధుల బారిన పడుతున్నారు. రోజు వారీగా పోషకాలతో కూడిన ఆహారం శరీరానికి అవసరమైన మోతాదులో తీసుకుంటే ఆరోగ్యాన్ని పదిలంగా ఉంచుకోవచ్చు. ఆరోగ్యం కాపాడుకోవడం కోసం తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, ఆహారపు అలవాట్లను జిల్లా ఇమ్యూనైజేషన్ అధికారి రత్నకుమార్ వివరించారు.

వీటికి దూరంగా ఉండడం శ్రేయస్కరం

నిల్వ చేసిన ఆహారం, తీపి పదార్థాలు తీసుకోకూడదు. బయట దొరికే రెడీమేడ్ ఆహారం, ఉప్పుతో కూడిన ఆహారం, కూల్‌డ్రింక్స్, ఫ్రిజ్‌లలో నిల్వ ఉంచిన ఆహార పదార్థాలు తీసుకోకపోవడం ఉత్తమం.

రోజువారీ ఆహారం ఇలా..

ఉదయం రెండు ఇడ్లీలు లేదా 60 గ్రాముల గింజ ధాన్యాలు లేదా 25 గ్రాముల పప్పులు, 150 మిల్లీలీటర్ల పాలు తీసుకోవచ్చు. ఉదయం 11 గంటల సమయంలో ఏదో ఒక పండు, నిమ్మరసం లేదా జామకాయను తీసుకోవాలి. ఇవేవీ అందుబాటులో ఉండకపోతే ఒక గ్లాసు పాలైనా తాగాలి. మధ్యాహ్నం భోజనంలో 75 గ్రాముల గింజ ధాన్యాలు, ఆకుకూరలు, పెరుగు ఉండేలా చూసుకోవాలి. సాయంత్రం 5 గంటలకు 50 గ్రాముల గింజ ధాన్యాలతో చిరుతిండి, ఒక కప్పు పాలు తీసుకోవాలి. రాత్రి భోజనంలో రెండు కప్పుల అన్నం లేదా రెండు చపాతీలు లేదా పుల్కాలు కూరగాయలతో తినాలి. ఒకవేళ కూరగాయ, పెరుగు వద్దనుకున్నప్పుడు 100 గ్రాముల మాంసాహారం ఉండాలి.

నీరు, పాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి

పరిశుభ్రమైన నీటినే తాగాలి. సరిపడా నీరు తాగితే 50 శాతం రుగ్మతలు దూరమవుతాయి. ఎక్కువగా కాచి వడబోసిన నీటినే తీసుకోవాలి. నీటితో పాటు పాలు కూడా చాలా అవసరం. రోజుకు 250 మిల్లీమీటర్ల పాలు తాగాలి. కాఫీ, టీ అలవాటు ఉన్న వారు రోజుకు ఒకటి రెండు సార్లు కంటే ఎక్కువ తీసుకోరాదు.

పప్పు ధాన్యాలు

ఆహారంలో పల్లీలు, మినుములు, శనగలు, బాదం పప్పు వంటివి ఏదో ఒకటి ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ప్రతి రోజు ఏదో ఒక ఆకుకూర 100 గ్రాములు ఉండేలా చూసుకోవాలి. జామ, నిమ్మ, ఉసిరి ఏదో ఒక దానిని తప్పకుండా తీసుకోవాలి. రోజూ ఉడికించిన గుడ్డు, వారంలో ఒకసారి చికెన్, మటన్ తినాలి.

తాజా కూరలు, పండ్లు

- ప్రతిపూట భోజనానికి ముందు, తర్వాత తప్పనిసరిగా సబ్బుతో చేతులను శుభ్రం చేసుకోవాలి. పరిశుభ్రమైన ఆహారం, కాచి వడబోసిన నీటిని తీసుకోవడం ద్వారా వ్యాధుల బారిన పడకుండా ఉండవచ్చు.
- ఆహారాన్ని ఒకేసారి కాకుండా కొంచెం కొంచెం ప్రతి మూడు గంటలకు ఒకసారి తీసుకోవడం ఉత్తమం.
- రోజు వారి ఆహారంలో తాజా ఆకుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్లు ఉండేలా చూసుకోవాలి. కూరగాయాలు, పండ్లలో ఉండే సూక్ష్మ, పోషక పదార్థాలు, ఫైబర్ శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి.
- పసుపు, నారింజ రంగులో ఉండే పండ్లు కొన్ని రకాల దీర్ఘకాలిక జబ్బులను నిరోధిస్తాయి. తాజాగా ఉండే పచ్చి కూరగాయలు, పండ్లను జ్యూస్ రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు.

జలుబు నివారణకు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు

జలుబు, దగ్గు, ఆయాసం వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కోసం మిరియాలు, అల్లం, వెల్లుల్లి బాగా ఉపయోగపడతాయి. వీటిని అవసరం మేరకు వేడినీరు, పాలు, టీలో ఏదేని ఒకదానిలో కలుపుకుని తాగితే ఉపశమనం లభిస్తుంది.

మంచి ఆహారంతో ఆరోగ్యం



ఆహారం బాగా ఉడికించి తినాలి. ఏ, సీ, డీ, కే విటమిన్లు కలిగిన ఆహారం తీసుకుంటే ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. అంధత్వంతో పాటు పిల్లల్లో వాంతులు, విరేచనాలు, తట్టు, శ్వాసకోశ సంబంధ వ్యాధులను నివారించేందుకు ఏ విటమిన్ బాగా పని చేస్తుంది. తోటకూర, మెంతికూర, పాలకూర, క్యారెట్, కెరోటిన్ ఉన్న మునగాకు, మామిడి, బొప్పాయి, గుమ్మడి వంటివి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి సరిపడా విటమిన్లు అందుతాయి.

– డాక్టర్ కె.రత్నకుమార్, జిల్లా ఇమ్యూనైజేషన్ అధికారి, కాకినాడ

రోడ్డు ప్రమాదంలో యువకుడి మృతి

కడియం: మండలంలోని పొట్టిలంక వీవర్స్ కాలనీకి చెందిన చెందిన బీరక రాజు (44) రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందాడు. కడియం పోలీసులు తెలిపిన వివరాలిలా ఉన్నాయి. మంగళవారం మార్కెట్‌కు వెళ్లేందుకు సిద్ధమైన రాజు ఇంటి నుంచి బయలుదేరి హైవే వద్దకు చేరుకుని రోడ్డు దాటుతున్నాడు. అదే సమయంలో రావులపాలెం నుంచి వేమగిరి వైపు వేగంగా వస్తున్న లారీ డ్రైవర్ నిర్లక్ష్యంగా వాహనాన్ని నడిపి రాజు బైక్‌ను ఢీకొట్టాడు. దీంతో రాజు మోటారు సైకిల్‌తో సహా రోడ్డుపై పడిపోయాడు. తల తదితర శరీర భాగాల్లో తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. వెంటనే అతడిని రాజమహేంద్రవరం ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి, అక్కడి నుంచి ఒక ప్రైవేటు ఆసుపత్రికి తరలించారు. అక్కడ చికిత్స పొందుతూ కన్నుమూశాడు. మృతుడి భార్య లక్ష్మివెంకటసంధ్య ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కడియం ఎస్‌ఐ బి.నాగదుర్గాప్రసాద్ దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

తాళాలు పగులగొట్టి చోరీ

జగ్గంపేట: జగ్గంపేటలో తాళాలు పగులగొట్టి చోరీ చేసినట్టు బాధితురాలు ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్టు ఏఎస్సై సుబ్బారావు తెలిపారు. స్థానిక టవర్ కాలనీలో నివాసం ఉంటున్న గెద్దం వీరలక్ష్మి వారం రోజుల క్రితం బంధువుల ఇంటికి వెళ్లారు. ఇంటి తాళాలు పగులగొట్టి ఉన్నాయని ఈ నెల 17న బంధువుల నుంచి ఫోన్ రావడంతో ఇంటికి వచ్చి చూసేసరికి ఇంట్లో ఉన్న బీరువా తలుపులు తెరచి ఉన్నాయి. వాటిలో గల సుమారు రెండు కాసుల విలువ గల చెవి దుద్దులు, ఉంగరాలు, కొంత నగదు కనిపించలేదు.

వైభవోపేతం.. వేద సదస్యం

- ఘనంగా బాలాజీ కల్యాణోత్సవాలు
- ఆలయంలో భక్త కోలాహలం

మామిడికుదురు: అప్పనపల్లి శ్రీబాల బాలాజీ స్వామి వారి దివ్య తిరు కల్యాణోత్సవాల్లో భాగంగా మూడవ రోజు మంగళవారం భక్తుల కోలాహలంతో ఆలయం సందడిగా మారింది. దేవస్థానం ముఖ్య అర్చక గొడవర్తి శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో ఉదయం సుప్రభాత సేవ, శ్రీవారికి సహస్ర నామార్చన, బాలభోగం, చతుస్థానార్చనలు, వేద పారాయణ, హోమాలు, బలిహరణ, మంగళాశాసనాలు, తీర్థ ప్రసాద గోష్ఠి, సదస్యం (పండిత సన్మానం), వేద పారాయణ, నిత్య హోమం, బలిహరణ, తదితర పూజా కార్యక్రమాలు ఘనంగా నిర్వహించారు. సదస్యంలో భాగంగా ఉభయ గోదావరి జిల్లాల్లోని అంతర్వేది, వాడపల్లి, మురముళ్ల, భీమవరం, ద్రాక్షారామం, మందపల్లి తదితర ఆలయాల నుంచి వచ్చిన వేద పండితుల ఆధ్వర్యంలో చతుర్వేద మహదాశీర్వచనంలో భాగంగా లోక కల్యాణార్థం, జగత్ రక్షణ కోసం వేద సదస్యం కార్యక్రమాన్ని వైభవోపేతంగా నిర్వహించారు.



స్వామి వారి సన్నిధిలో జరిగిన సదస్యంలో పాల్గొన్న వేద పండితులు

ఆకట్టుకున్న కార్యక్రమాలు

సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల్లో భాగంగా కళాకారులు ఆలపించిన ఆధ్యాత్మిక గీతాలు భక్తులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. మామిడికుదురుకు చెందిన యింటి శ్రీరామ్‌కుమార్, సుజాత ఆలపించిన శ్రీఅన్నమాచార్య సంకీర్తనలు భక్తుల్ని మంత్రముగ్ధుల్ని చేశాయి. అప్పనపల్లికి చెందిన శేషశారద భక్త బృందం ఆలపించిన పురంధరదాసు కీర్తనలు విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. పి.గన్నవరం మండలం మానేపల్లికి చెందిన కాలిశెట్టి ప్రకాష్ ఆలపించిన అయ్యప్ప గీతాలు భక్తులను అలరించాయి. కార్యనిర్వహణాధికారిణి గ్రంధి మాధవి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమాల్లో ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

భార్యను చంపిన భర్త

- వివాహేతర సంబంధమే కారణం
- పోర గ్రామంలో దుర్ఘటన

కాట్రేనికోన: వివాహేతర సంబంధానికి ఉన్న అడ్డు తొలగించుకునేందుకు భార్యను హత్య చేసిన ఘటన డాక్టర్ బీఆర్ అంబేడ్కర్ కోనసీమ జిల్లా కాట్రేనికోన మండలం పల్లంకుర్రు పంచాయతీ పోర గ్రామంలో చోటు చేసుకుంది. కాట్రేనికోన ఎస్సై బి.నాగేశ్వరరావు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం పల్లంకుర్రు పంచాయతీ పోర గ్రామానికి చెందిన అర్థాని సతీష్‌కు బ్రహ్మసమేత్యం పంచాయతీ బలుసుతిప్ప గ్రామానికి చెందిన సంగాని వీరబాబు ప్రథమ కుమార్తె కుమారి(23)తో ఐదేళ్ల క్రితం పెళ్లి జరిగింది. మృతురాలి కుమారికి పెళ్లి సమయంలో రూ.3లక్షలు, 3 కాసుల బంగారం, లక్షాయాభైవేల విలువ చేసే గృహోపకరణాలు కట్నంగా ఇచ్చారు. వీరికి నాలుగేళ్ల కుమార్తె, రెండేళ్ల కుమారుడు ఉన్నారు. సతీష్‌కు ఏడాది క్రితం అదే గ్రామానికి చెందిన మహిళతో వివాహేతర సంబంధం ఏర్పడింది. ఈ విషయం తెలిసినప్పటి నుంచి కుమారి భర్తను నిలదీయడంతో గొడవలు తలెత్తాయి. అదే గ్రామంలో కుమారి చెల్లెలు ఉండగా ఆమె ఇంటికి సోమవారం బర్త్‌డే ఫంక్షన్‌కు ఇద్దరూ వెళ్లారు. ఫంక్షన్‌కు వెళ్లిన కుమారి.. 'మీ బావ నన్ను చంపేస్తానని బెదిరిస్తున్నాడు అని చెల్లెలితో చెప్పింది. ఈ విషయం తండ్రి వీరబాబుకు మృతురాలి కుమారి చెల్లెలు చెప్పింది. దీంతో ఈ విషయంపై అల్లుణ్ణి ప్రశ్నించడానికి రెండు రోజులలో పెద్దలను తీసుకుని వస్తానని తండ్రి చెప్పాడు. మంగళవారం వివాహేతర సంబంధంపై భర్త సతీష్‌ను కుమారి నిలదీయడంతో చెంపపై బలంగా కొట్టడంతో స్పృహ తప్పి పడిపోయింది. స్పృహ తప్పి పడిపోయిన కుమారి కొన ఊపిరితో ఉండగా చీరతో ఫ్యాన్ హుక్‌కు వేలాడదీశానని, అనంతరం తన మరదలు ఇంటికి వెళ్లి మంచి నీరు తాగి వచ్చానని నిందితుడు పోలీసుల విచారణలో చెప్పాడు. మృతురాలి కుమారి తండ్రి సంగాని వీరబాబు ఇచ్చిన ఫిర్యాదుపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామని కాట్రేనికోన ఎస్సై బి.నాగేశ్వరరావు తెలిపారు. మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టంకు తరలించారు.

రాష్ట్ర స్థాయి హాకీ పోటీలకు జిల్లా జట్టు

నాగమల్లితోట జంక్షన్ (కాకినాడ సిటీ): అనంతపురం జిల్లా ధర్మవరంలో ఈ నెల 27 నుంచి 30వ తేదీ వరకు జరగనున్న ఏపీ రాష్ట్ర స్థాయి పురుషుల హాకీ పోటీలలో పాల్గొనే జిల్లా జట్టును హాకీ కోచ్ రవిరాజు మంగళవారం ప్రకటించారు. సీనియర్స్ విభాగంలో జరిగే ఈ పోటీలలో జిల్లా నుంచి ఎం.అజయ్‌కుమార్, గణేష్, చరణ్‌కుమార్, నందు, మహేష్, విజయ్ కృష్ణ, ప్రవీణ్, సతీష్‌కుమార్, రాహుల్ ప్రణయ్, సురేంద్ర, మణికుమార్, జాన్‌పాల్, శివగోపాల్, శివకుమార్, నగేష్, జి.రాజు పాల్గొంటున్నారని తెలిపారు. జట్టుకు కోచ్‌గా సీనియర్ క్రీడాకారుడు బాబ్జి వ్యవహరిస్తారన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డీఎస్‌ఏ హాకీ కోచ్ నాగేంద్ర కుమార్, సభ్యులు వి.గంగాధర్, ఎన్.వీరబాబు, అవినాష్, దుర్గాప్రసాద్ పాల్గొన్నారు.



అనంతపురంలో జరిగే రాష్ట్ర స్థాయి సీనియర్స్ హాకీ పోటీలో పాల్గొనే జిల్లా పురుషుల జట్టు

అక్కను పెట్రోల్ పోసి హత్య చేసిన తమ్ముడికి జీవిత ఖైదు

కాకినాడ లీగల్: తనతో భార్య విడిపోవడానికి అక్క కారణమన్న అనుమానంతో ఆమెపై పెట్రోల్ పోసి హత్య చేసిన తమ్ముడుకి జీవిత ఖైదు, రూ.45 వేల జరిమానా విధిస్తూ కాకినాడ నాలుగో అదనపు జిల్లా జడ్జి ఎం.హరి నారాయణ మంగళవారం తీర్పు చెప్పారు. ప్రాసిక్యూషన్ కథనం ప్రకారం కాకినాడ గాంధీనగర్‌కు చెందిన బుర్రా మోహన్‌బాబుతో అక్క కుమార్తె వేణుకు వివాహమైంది. వారికి ఇద్దరు పిల్లలు ఉన్నారు. భార్యాభర్తల మధ్య గొడవలు రావడంతో విడిపోయి వేరే ప్రాంతాల్లో ఉంటున్నారు. భార్య వేణు వేరే ప్రాంతంలో ఉండడంలో ఆమెకు తన అక్క అండదండలు ఉన్నాయని మోహన్‌బాబు అనుమానించాడు. అక్క కోరుప్రోలు కుమారి ఉంటున్న కాకినాడ సూర్యనారాయణపురం ఇంటికి వెళ్లాడు. 2022 జనవరి 1వ తేదీన అక్క కుమారి ఇంట్లో వంట వండుతుండగా ఆమెపై పెట్రోల్ పోసి నిప్పంటించాడు. దీంతో కుమారి శరీరం తీవ్రంగా కాలిపోయింది. వెంటనే ఆమెను కాకినాడ జీజీహెచ్‌కు తరలించారు. అక్కడ చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందింది. మోహన్‌బాబుపై త్రీటౌన్ పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. కోర్టు విచారణలో నేరం రుజువుకావడంతో హత్య చేసినందుకు జీవిత ఖైదు, రూ.25 వేల జరిమానా, ఇంట్లోకి వెళ్లినందున పదేళ్ల జైలు శిక్ష, రూ.15 వేలు జరిమానా విధిస్తూ న్యాయమూర్తి తీర్పు చెప్పారు. డిప్యూటీ డైరెక్టర్ ఆఫ్ ప్రాసిక్యూషన్ వై.ప్రశాంతి కుమారి ప్రాసిక్యూషన్ నిర్వహించారు.

ప్రేమించానని మోసగించిన వ్యక్తిపై కేసు

జగ్గంపేట: ప్రేమించానని నమ్మించి మోసగించిన వ్యక్తిపై కేసు నమోదు చేసినట్టు జగ్గంపేట పోలీసులు తెలిపారు. వారి వివరాల మేరకు జగ్గంపేట మండల గోవిందపురం గ్రామానికి చెందిన వెన్నముద్దల గాయత్రిని అదే గ్రామానికి చెందిన మరువాడ దుర్గాప్రసాద్ పెళ్లి చేసుకుంటానని నమ్మించాడు. పెళ్లి చేసుకోమని అడుగుతుంటే ఏడాది నుంచి నిరాకరించడంతో మంగళవారం గాయత్రి చేసిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్టు తెలిపారు.

వరకట్నం వేధింపులపై కేసు

సీతానగరం: మండలంలోని సింగవరం పంచాయతీ పరిధిలోగల నాగరత్నం కాలనీకి చెందిన గోలి గండి పోశమ్మ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు భర్త రవికుమార్‌తోపాటు పలువురిపై వరకట్నం వేధింపుల కేసు నమోదు చేశామని ఎస్సై టి.రామకృష్ణ మంగళవారం తెలిపారు. నాగరత్నం కాలనీకి చెందిన గండిపోశమ్మకు పురుషోత్తపట్నంకు చెందిన గోలి రవికుమార్‌తో వివాహం అయింది. అధిక వరకట్నం కావాలని మానసికంగాను, శారీరకంగాను భర్త రవికుమార్, అత్తమావలు, తోటి కోడలు, ఆడపడుచు, పెద్ద ఆడపడుచు భర్త వేధించినట్టు గండి పోశమ్మ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి, దర్యాప్తు చేస్తున్నామని ఎస్సై రామకృష్ణ తెలిపారు.

ఖైదీలకు మొక్కల పెంపకంలో శిక్షణ



శిక్షణలో కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సూపరింటెండెంట్ రాహుల్, కార్పొరేషన్ అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ స్వాతి

కంబాలచెరువు (రాజమహేంద్రవరం): రాజమహేంద్రవరం కేంద్ర కారాగారంలో ఉద్యాన శాఖ, రాజమహేంద్రవరం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఆధ్వర్యంలో పండ్ల మొక్కలు, పూలమొక్కల పెంపకం జరుగుతోందని జైలు సూపరింటెండెంట్ ఎస్.రాహుల్ తెలిపారు. జైలులో మొక్కల పెంపకంపై ఖైదీలకు శిక్షణ మంగళవారం ప్రారంభమైంది. కార్పొరేషన్ అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ స్వాతి మాట్లాడుతూ మొక్కలను ఎన్నివిధాలుగా అభివృద్ధి చేయవచ్చో వివరించారు. మునిసిపల్ కార్పొరేషన్ ఉద్యాన శాఖ ఉద్యోగి బాలు మొక్కల పెంపకంపై అవగాహన కల్పించారు. డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ ఎం.రాజకుమార్, జైలర్లు ఆర్.శ్రీనివాసులు, కె.దుర్గారమేష్, కేవీ రామారావు, సీహెచ్ రమేష్, డిప్యూటీ జైలర్లు పాల్గొన్నారు.

బెండపూడిలో డయేరియా

18 కేసుల నమోదు

తొండంగి: మండలంలో కొద్ది రోజులుగా ప్రబలిన డయేరియా క్రమంగా తగ్గుముఖం పట్టగా బెండపూడిలో 18 మంది డయేరియా బారినపడి వైద్యం పొందుతున్నారు. వారం రోజుల్లో సుమారు 100 మంది వరకూ డయేరియా బారినపడి కాకినాడతోపాటు వివిధ ఆస్పత్రులలో వైద్యం పొందుతున్నారు. ఇప్పటికే గ్రామంలో వైద్యారోగ్యశాఖ ఆధ్వర్యంలో శిబిరాలు ఏర్పాటు చేసి చికిత్స అందించారు. కాగా కాకినాడ జీజీహెచ్ ఇతర ఆస్పత్రుల్లో వైద్యం పొందుతున్న వారంతా క్రమంగా కోలుకుంటున్నారు. మంగళవారం కాకినాడ జీజీహెచ్ నుంచి 24 మంది డిశ్చార్జ్ అయ్యారని ఏ.వి.నగరం పీహెచ్‌సీ వైద్యాధికారి పి.రవికుమార్ తెలిపారు. బెండపూడిలో ఎస్సీపేటకు చెందిన పలువురు డయేరియా బారినపడటంతో వైద్యారోగ్యశాఖ అధికారులు అప్రమత్తమయ్యారు. వాంతులు, విరేచనాలతో బాధ పడుతున్న వారికి రావికంపాడు పీహెచ్‌సీలో వైద్యం అందిస్తున్నారు. డెప్యూటీ డీఎంఅండ్‌హెచ్‌ఓ డాక్టర్ సరిత, పీహెచ్‌సీ వైద్యాధికారి అర్చన బెండపూడి గ్రామంలో పర్యటించారు. ఇంటింటా వైద్యారోగ్యశాఖ సిబ్బంది పర్యటించి రోగుల ఆరోగ్య పరిస్థితిపై సమగ్రమైన నివేదిక అందించాలని ఆదేశించారు. గ్రామంలో తాగునీరు, పరిసరాలను పరిశీలించారు. పంచాయతీ అధికారులకు పలు సూచనలు ఇచ్చారు. అనారోగ్యానికి గురై ఆస్పత్రిలో వైద్యం పొందుతున్న రోగులను పరామర్శించి ఆరోగ్య పరిస్థితి అడిగి తెలుసుకున్నారు. సుమారు 20 కేసుల వరకూ గుర్తించామని. కేసులు పెరగకుండా బెండపూడి గ్రామంలో చర్యలు చేపట్టామని డిప్యూటీ డీఎంఅండ్‌హెచ్‌వో డాక్టర్ సరిత వివరించారు.